

Утверждаю:  
Заведующий



**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Детсад МАДОУ "Детский сад № 27"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ДЕНЬ 1. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>68,00</b>	<b>70,00</b>	<b>262,00</b>	<b>1958,00</b>	
ЗАВТРАК	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,98	6,98	26,50	193,27	5/4/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,88	3,92	14,55	108,96	13/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	26	1,98	0,21	12,79	61,10	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>11,84</b>	<b>11,11</b>	<b>53,84</b>	<b>363,33</b>	
10 ЧАСОВ	Сок 1,0	110	0,55	0,11	12,10	49,50	
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,55</b>	<b>0,11</b>	<b>12,10</b>	<b>49,50</b>	
ОБЕД	Горошек зеленый	60	3,02	2,30	5,02	43,95	1/1/1
	Суп картофельный с пшеном	200	2,56	4,62	17,15	120,47	32/2/1
	Печень по-строгановски	80	10,62	11,74	5,21	168,88	9/8/1
	Картофельное пюре	150	3,37	4,90	22,83	148,81	339/5
	Напиток из шиповника	180	0,62	0,26	15,83	68,09	15/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	
	Хлеб ржаной 0,5	50	3,30	0,60	16,70	97,40	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>25,39</b>	<b>24,62</b>	<b>95,04</b>	<b>706,35</b>	
ПОЛДНИК	Шаньга с картошкой	70	5,22	7,59	33,06	222,12	500/5
	Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	118,40	255/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>11,02</b>	<b>13,99</b>	<b>42,46</b>	<b>340,52</b>	
УЖИН	Свекла, тушеная в сметанном соусе	200	3,49	4,77	19,84	136,16	16/3/1
	Тефтели из мяса говядины	70	10,56	11,03	7,40	176,51	20/8/1
	Чай с молоком	200	3,60	3,87	12,65	99,05	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	18	1,37	0,14	8,86	42,30	
	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	44,40	
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>19,42</b>	<b>20,21</b>	<b>58,55</b>	<b>498,42</b>	
<b>ДЕНЬ 2. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>69,00</b>	<b>69,00</b>	<b>236,00</b>	<b>1844,00</b>	
ЗАВТРАК	Горошек зеленый	50	2,52	1,91	4,18	36,62	1/1/1
	Омлет запеченный	145	21,52	25,17	3,15	325,23	2/6/1
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	5,00	20,00	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный с маслом	26/6	2,03	4,56	12,87	100,75	1/13/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>26,13</b>	<b>31,66</b>	<b>25,20</b>	<b>482,60</b>	
10 ЧАСОВ	Витаминный напиток (Витошка)	100			9,60	37,00	53/1/5
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>					<b>9,60</b>	<b>37,00</b>	
ОБЕД	Суп из овощей со сметаной	200	1,78	5,97	9,23	96,11	14/2/1
	Жаркое по домашнему	140	17,08	16,22	14,27	271,04	292/5
	Компот из и изюма	200	0,33		19,07	78,61	4/11/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	

**Меню приготавливаемых блюд**  
 Возрастная категория: Детсад МАДОУ "Детский сад № 27"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Хлеб ржаной 0,5	50	3,30	0,60	16,70	97,40	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>24,39</b>	<b>22,99</b>	<b>71,57</b>	<b>601,91</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом (джемом)	70	5,37	3,91	50,07	257,80	17/12/1
	Какао с молоком	180	3,49	3,69	11,22	91,99	14/10/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>8,86</b>	<b>7,60</b>	<b>61,29</b>	<b>349,79</b>	
<b>УЖИН</b>	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	7,00	6,48	32,39	216,50	14/4/1
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	5,00	20,00	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
	Банан	100	1,50	0,50	21,00	89,00	
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>10,08</b>	<b>7,16</b>	<b>68,23</b>	<b>372,50</b>	
<b>ДЕНЬ 3. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>101,00</b>	<b>83,00</b>	<b>225,00</b>	<b>2027,00</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>	Вареники ленивые	140	23,93	17,64	23,63	322,71	5/5/1
	Какао с молоком	200	3,84	4,07	12,78	103,08	14/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	26	1,98	0,21	12,79	61,10	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>29,75</b>	<b>21,92</b>	<b>49,20</b>	<b>486,89</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>	Сок 1,0	110	0,55	0,11	12,10	49,50	
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,55</b>	<b>0,11</b>	<b>12,10</b>	<b>49,50</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп-лапша на курином бульоне	200	2,32	3,21	15,38	100,18	20/2/1
	Морковь тушенная	180	2,66	5,90	17,02	131,63	10/3/1
	Суфле из мяса кур паровое	80	18,85	25,85	3,96	308,93	8/9/1
	Кисель плодово-ягодный	180	0,05		19,57	78,70	9/11/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	
	Хлеб ржаной 0,5	50	3,30	0,60	16,70	97,40	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>29,08</b>	<b>35,76</b>	<b>84,93</b>	<b>775,59</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Батон чайный	25	1,93	0,75	12,53	65,50	
	Сыр (порциями)	15	3,95	3,99		51,69	5/13/1
	Яйцо отварное	1	7,24	6,56	0,40	89,55	1/6/1
	Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	118,40	255/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>18,92</b>	<b>17,70</b>	<b>22,33</b>	<b>325,14</b>	
<b>УЖИН</b>	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	44,40	
	Суфле из рыбы	60	15,90	3,80	2,47	107,95	14/7/1
	Макаронные изделия отварные	130	4,87	3,47	30,72	175,03	43/3/1
	Чай с сахаром	180	0,12	0,03	5,01	20,03	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	18	1,37	0,14	8,86	42,30	
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>22,66</b>	<b>7,84</b>	<b>56,86</b>	<b>389,71</b>	
<b>ДЕНЬ 4. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>92,00</b>	<b>82,00</b>	<b>279,00</b>	<b>2255,00</b>	

**Меню приготавливаемых блюд**  
 Возрастная категория: Детсад МАДОУ "Детский сад № 27"

Приложение №8  
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК	Банан	100	1,50	0,50	21,00	89,00	
	Запеканка из творога	140	25,23	14,44	19,32	277,25	9/5/1
	Повидло	35	0,14		22,75	91,56	
	Чай с молоком	200	3,54	3,86	12,64	99,02	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	26	1,98	0,21	12,79	61,10	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>32,39</b>	<b>19,01</b>	<b>88,50</b>	<b>617,93</b>	
10 ЧАСОВ	Сок 1,0	110	0,55	0,11	12,10	49,50	
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,55</b>	<b>0,11</b>	<b>12,10</b>	<b>49,50</b>	
ОБЕД	Суп картофельный с рыбой	200	7,69	4,68	14,25	129,96	19/2/1
	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,74	3,29	39,06	201,60	45/3/1
	Кнели мясные паровые	80	14,32	16,47	5,19	233,32	27/8/1
	Соус молочный с овощами	50	1,08	3,18	3,87	48,43	4/11/1
	Компот из сухофруктов	200	0,42	0,09	7,01	75,23	6/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
	Хлеб ржаной 0,5	50	3,30	0,60	16,70	97,40	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>32,07</b>	<b>28,47</b>	<b>95,92</b>	<b>832,94</b>	
ПОЛДНИК	Пирожок печеный из дрожжевого теста с морковью	70	4,99	6,62	29,08	196,66	9/12/1
	Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	118,40	255/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>10,79</b>	<b>13,02</b>	<b>38,48</b>	<b>315,06</b>
УЖИН	Икра кабачковая	50	0,95	4,45	3,85	59,25	
	Картофельное пюре	150	2,83	4,79	18,43	128,08	339/5
	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	70	11,18	11,73	6,28	181,19	22/8/1
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	6,00	23,99	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>16,54</b>	<b>21,15</b>	<b>44,40</b>	<b>439,51</b>	
<b>ДЕНЬ 5. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>87,00</b>	<b>58,00</b>	<b>282,00</b>	<b>1998,00</b>	
ЗАВТРАК	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	44,40	
	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	8,55	8,06	32,40	236,85	2/4/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,88	3,92	14,55	108,96	13/10/1
	Хлеб с сыром	26/15	6,15	4,22	14,27	119,84	3/13/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>18,98</b>	<b>16,60</b>	<b>71,02</b>	<b>510,05</b>	
10 ЧАСОВ	Сок 1,0	110	0,55	0,11	12,10	49,50	
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,55</b>	<b>0,11</b>	<b>12,10</b>	<b>49,50</b>	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	200	10,42	10,44	17,82	200,99	17/2,

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МАДОУ "Детский сад № 27"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Запеканка из рыбы с морковью	100	12,37	2,44	6,66	98,30	7/7/1
	Картофельное пюре	150	3,11	4,85	20,71	138,83	339/5
	Витаминный напиток (Витошка)	200			19,20	74,00	53/1/5
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	
	Хлеб ржаной 0,5	50	3,30	0,60	16,70	97,40	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>31,10</b>	<b>18,53</b>	<b>93,39</b>	<b>668,27</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Снежок	200	5,40	5,00	21,60	153,00	
	Пряник	48	2,83	2,26	36,00	175,63	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>8,23</b>	<b>7,26</b>	<b>57,60</b>	<b>328,63</b>	
<b>УЖИН</b>	Рагу из овощей	200	3,14	3,41	18,47	116,02	18/3/1
	Суфле из печени	80	19,53	8,05	7,00	179,35	35/8/1
	Чай с молоком	200	3,60	3,87	12,65	99,05	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>27,79</b>	<b>15,49</b>	<b>47,96</b>	<b>441,42</b>	
<b>ДЕНЬ 6. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>65,00</b>	<b>69,00</b>	<b>248,00</b>	<b>1889,00</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>	Апельсины	100	0,90	0,20	8,10	37,80	
	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	8,44	9,95	34,42	260,94	8/4/1
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	5,00	20,00	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	26	1,98	0,21	12,79	61,10	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>11,38</b>	<b>10,38</b>	<b>60,31</b>	<b>379,84</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>	Сок 1,0	110	0,55	0,11	12,10	49,50	
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,55</b>	<b>0,11</b>	<b>12,10</b>	<b>49,50</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,94	1,27	13,22	72,48	18/2/1
	Капуста тушеная	150	3,72	4,25	14,91	108,51	8/3/1
	Биточки из мяса говядины с рисом паровые	80	12,36	12,57	5,20	190,55	15/8/1
	Кисель плодово-ягодный	185	0,05		19,57	78,70	9/11/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
	Хлеб ржаной 0,5	50	3,30	0,60	16,70	97,40	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>22,89</b>	<b>18,85</b>	<b>79,44</b>	<b>594,64</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Ватрушка со сметаной	70	5,90	9,29	31,91	235,61	6/12/1
	Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	118,40	255/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>11,70</b>	<b>15,69</b>	<b>41,31</b>	<b>354,01</b>	
<b>УЖИН</b>	Икра кабачковая	50	0,95	4,45	3,85	59,25	
	Картофельное пюре	180	3,39	5,72	22,21	153,93	339/5
	Тефтели из мяса говядины	60	9,08	9,38	6,57	151,69	20/8/1

**Меню приготавливаемых блюд**  
 Возрастная категория: Детсад МАДОУ "Детский сад № 27"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Чай с молоком	200	3,54	3,86	12,64	99,02	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>18,48</b>	<b>23,57</b>	<b>55,11</b>	<b>510,89</b>	
<b>ДЕНЬ 7. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>88,00</b>	<b>86,00</b>	<b>245,00</b>	<b>2118,00</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>	Банан	100	1,50	0,50	21,00	89,00	
	Омлет запеченный	145	21,55	27,35	3,19	345,05	2/6/1
	Чай с молоком	200	3,54	3,86	12,64	99,02	12/10/1
	Хлеб с маслом и сыром	26/6/15	5,98	8,55	12,87	152,44	4/13/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>32,57</b>	<b>40,26</b>	<b>49,70</b>	<b>685,51</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>	Сок 1,0	110	0,55	0,11	12,10	49,50	
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,55</b>	<b>0,11</b>	<b>12,10</b>	<b>49,50</b>	
<b>ОБЕД</b>	Щи со свежей капустой со сметаной на мясном бульоне	200	4,56	5,30	7,58	94,82	6/2,59/
	Печень в молочном соусе	80	11,45	7,01	7,58	139,74	10/8/1
	Макаронные изделия отварные	130	5,53	3,77	34,91	197,27	43/3/1
	Компот из и изюма	180	0,33		19,07	78,61	4/11/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	
	Хлеб ржаной 0,5	50	3,30	0,60	16,70	97,40	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>27,07</b>	<b>16,88</b>	<b>98,14</b>	<b>666,59</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Сдоба обыкновенная	70	5,72	5,26	35,05	211,70	8/12/1
	Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	118,40	255/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>11,52</b>	<b>11,66</b>	<b>44,45</b>	<b>330,10</b>	
<b>УЖИН</b>	Свекла, тушеная в сметанном соусе	200	3,52	4,92	19,88	137,72	16/3/1
	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	70	11,18	11,73	6,28	181,19	22/8/1
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	5,00	20,00	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>16,28</b>	<b>16,83</b>	<b>41,00</b>	<b>385,91</b>	
<b>ДЕНЬ 8. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>74,00</b>	<b>79,00</b>	<b>236,00</b>	<b>1980,00</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	8,11	7,26	36,84	245,17	15/4/1
	Какао с молоком	200	4,22	4,49	14,38	114,78	14/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	26	1,98	0,21	12,79	61,10	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>14,31</b>	<b>11,96</b>	<b>64,01</b>	<b>421,05</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>	Сок 1,0	110	0,55	0,11	12,10	49,50	
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,55</b>	<b>0,11</b>	<b>12,10</b>	<b>49,50</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	200	5,58	13,98	15,11	210,24	15/2/1

**Менюготавливаемых блюд**  
 Возрастная категория: Детсад МАДОУ "Детский сад № 27"

Приложение №8  
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Рагу из мяса кур	150	19,64	23,68	17,49	344,04	3/9/1
	Компот из сухофруктов	200	0,42	0,09	7,01	75,23	6/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	
	Хлеб ржаной 0,5	50	3,30	0,60	16,70	97,40	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>30,84</b>	<b>38,55</b>	<b>68,61</b>	<b>785,66</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Батон чайный	35	2,70	1,05	17,54	91,70	
	Сыр (порциями)	15	3,95	3,99		51,69	5/13/1
	Кофейный напиток с молоком	200	4,26	4,34	16,15	120,66	13/10/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>10,91</b>	<b>9,38</b>	<b>33,69</b>	<b>264,05</b>	
<b>УЖИН</b>	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	44,40	
	Запеканка морковная с творогом	150	14,70	16,74	31,80	322,45	40/3/1
	Соус сметанный	30	0,35	2,16	1,29	25,83	6/11/1
	Чай с сахаром	180	0,12	0,03	5,01	20,03	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>17,09</b>	<b>19,49</b>	<b>57,74</b>	<b>459,71</b>	
<b>ДЕНЬ 9. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>88,00</b>	<b>72,00</b>	<b>291,00</b>	<b>2161,00</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>	Банан	100	1,50	0,50	21,00	89,00	
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	8,11	8,06	36,20	250,13	11/4/1
	Кофейный напиток с молоком	200	4,26	4,34	15,16	116,66	13/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	26	1,98	0,21	12,79	61,10	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>15,85</b>	<b>13,11</b>	<b>85,15</b>	<b>516,89</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>	Сок 1,0	110	0,55	0,11	12,10	49,50	
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,55</b>	<b>0,11</b>	<b>12,10</b>	<b>49,50</b>	
<b>ОБЕД</b>	Горошек зеленый	80	4,02	2,34	6,68	51,99	1/1/1
	Борщ со сметаной	200	1,85	4,93	11,30	95,99	2/2/1
	Гуляш из мяса говядины	80	12,49	13,22	3,53	182,86	11/8/1
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9,16	7,77	41,56	273,53	44/3/1
	Компот из кураги и изюма	200	0,64	0,03	18,69	78,10	4/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
	Хлеб ржаной 0,5	50	3,30	0,60	16,70	97,40	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>32,98</b>	<b>29,05</b>	<b>108,30</b>	<b>826,87</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Пирожок печеный из дрожжевого теста с рыбой	70	16,47	9,20	27,69	260,66	22/12/1
	Какао с молоком	200	3,26	3,43	12,83	95,24	14/10/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>19,73</b>	<b>12,63</b>	<b>40,52</b>	<b>355,90</b>	
<b>УЖИН</b>	Капуста тушеная	200	4,89	3,32	19,38	121,31	8/3/1

**Меню приготавливаемых блюд**  
 Возрастная категория: Детсад МАДОУ "Детский сад № 27"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Кнели мясные паровые	60	10,66	12,31	3,72	173,53	27/8/1
	Чай с молоком	200	1,57	1,63	12,35	69,59	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>18,64</b>	<b>17,42</b>	<b>45,29</b>	<b>411,43</b>	
<b>ДЕНЬ 10. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>90,00</b>	<b>72,00</b>	<b>272,00</b>	<b>2071,00</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	44,40	
	Суфле творожное	135	22,01	18,96	21,23	320,13	19/5/1
	Повидло	30	0,12		19,50	78,48	
	Чай с молоком	200	3,54	3,86	12,64	99,02	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	26	1,98	0,21	12,79	61,10	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>28,05</b>	<b>23,43</b>	<b>75,96</b>	<b>603,13</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>	Сок 1,0	110	0,55	0,11	12,10	49,50	
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,55</b>	<b>0,11</b>	<b>12,10</b>	<b>49,50</b>	
<b>ОБЕД</b>	Рассольник со сметаной на курином бульоне	200	7,70	9,22	10,93	151,14	9/2, 1/
	Картофельное пюре	150	3,23	4,87	21,69	143,44	339/5
	Рыба, запеченная в омлете	75	20,96	6,37	2,54	151,72	263/5
	Витаминный напиток (Витошка)	200			19,20	74,00	53/1/5
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
	Хлеб ржаной 0,5	50	3,30	0,60	16,70	97,40	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>36,71</b>	<b>21,22</b>	<b>80,90</b>	<b>664,70</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Печенье	50	3,20	8,40	34,25	225,40	
	Снежок	200	5,40	5,00	21,60	153,00	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>8,60</b>	<b>13,40</b>	<b>55,85</b>	<b>378,40</b>	
<b>УЖИН</b>	Рагу из овощей	200	3,35	8,15	20,09	166,00	18/3/1
	Запеканка из печени с рисом	80	11,22	5,14	12,53	141,81	311/5
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	5,00	20,00	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>16,15</b>	<b>13,47</b>	<b>47,46</b>	<b>374,81</b>	
<b>ИТОГОВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА П</b>			<b>822,00</b>	<b>740,00</b>	<b>2578,00</b>	<b>20299,00</b>	
<b>СРЕДНЯЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕ</b>			<b>82,00</b>	<b>74,00</b>	<b>258,00</b>	<b>2030,00</b>	
<b>Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности</b>			<b>16,20</b>	<b>32,80</b>	<b>50,80</b>		

- 1 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных учреждениях 1 часть и 2 часть  
Методические рекомендации и технические документы.  
Д.В.Гращенков, Л.И. Николаева 2011г
- 5 Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях.  
Могильный М.П. Тутельян В.А. 2015г.